

# Sopa de Frijoles

**Makes:** 8 Porciones

Esto es una manera deliciosa de cocinar con frijoles pinto secos. Prepare esta sopa con frijoles pinto y con o sin carne.

## Ingredients

- 1 cup** frijoles pintos secos (empapados y escurridos)
- 4 cups** caldo de pollo bajo en sodio
- 4 cups** agua
- 2 cups** salsa de tomate (jugo de tomate o tomates en lata machucados)
- 1** cebolla (o 2, cortadas)
- 1 teaspoon** orégano seco o albacá (si desea)
- 1/4 cup** pasta sin cocinar

## Directions

1. Ponga los frijoles, el caldo, agua, salsa de tomate, jugo o tomates y cebolla en una cacerola. Si usa orégano o albacá, añádale también.
2. Cubra y cocina a fuego mediano por 2 a 3 horas.
3. Añada la pasta. Cocine hasta que ablande.
4. Sírvalo caliente.

## Nutrition Information

Key Nutrients	Amount	% Daily Value
<b>Total Calories</b>	<b>160</b>	
Total Fat	NA	
Protein	10 g	
Carbohydrates	30 g	
Dietary Fiber	8 g	
Saturated Fat	NA	
Sodium	120 mg	